

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan pada saat ini membawa manusia pada perkembangan yang semakin maju, yang terlihat dari banyak perubahan dalam berbagai bidang. Untuk itu setiap manusia berusaha untuk meningkatkan kemampuannya melalui pendidikan. Sistem pendidikan pada saat ini menuntut guru dapat bersikap peka dengan perkembangan pendidikan. Mulai dari kepemimpinan, manajemen, pengelolaan sumber, dan pencapaian tujuan pendidikan. Oleh karena itu, dengan berbagai perubahan dalam pendidikan sudah pasti menjadikan peranan dan tanggung jawab guru menjadi lebih penting.

Tingginya tuntutan kerja yang harus dipenuhi seringkali membuat guru merasa lelah dalam bekerja, sulit mengendalikan emosi, hingga terkadang menjadi mudah marah dan tersinggung. Untuk itu diperlukan guru yang mampu memenuhi dan menyesuaikan diri dari berbagai macam tuntutan dalam pekerjaan. Karena pada umumnya, jika tidak mampu memenuhi berbagai tuntutan kerja, seseorang akan mengalami stres yang akhirnya akan berakibat buruk terhadap aktivitas, lingkungan maupun produktifitas kerja secara normal.

Maslach, Schaefuli & Leither (2001) menyatakan bahwa respon yang berkepanjangan terhadap *stressor* yang kronis pada pekerjaan menghasilkan *burnout*. Banyak para peneliti mengenai *burnout* mendukung gagasan umum *burnout* itu adalah respons terhadap kelebihan beban. Beban kerja dan tekanan

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

waktu yang kuat dialami dan konsisten terkait dengan *burnout*. Habibah & Lubis (2015) menambahkan *burnout* membuat seorang karyawan tidak merasakan pekerjaan tersebut menjadikan dirinya lebih baik. Karyawan pada situasi ini hanya akan bekerja sesuai dengan tuntutan perusahaan berdasarkan kewajiban yang harus mereka lakukan. Namun karyawan atau pekerja tidak merasakan manfaat atas pekerjaan tersebut di dalam dirinya. Hari kerja seakan menyakitkan dan membuatnya frustrasi.

Orang yang mengalami *burnout* menunjukkan gejala-gejala kelelahan fisik, emosi dan mental serta tidak berhasil menyelesaikan pekerjaannya dengan baik. Kondisi ini timbul karena tekanan pekerjaan yang besar dalam jangka waktu yang lama (Adawiyah, 2013). Rahman (2016) menjelaskan *Burnout* hanya terjadi di tempat bekerja dan tidak berpengaruh di tempat-tempat lain seperti di keluarga dan lingkungan sosial. Tetapi stres dapat memiliki dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif dari stres misalnya, stres di tempat kerja justru dapat memberi motivasi bagi pelakunya untuk bisa lebih berprestasi. Sedangkan dampak negatif yang ditimbulkan stres bisa terlihat dari individu yang tidak termotivasi untuk melakukan aktifitas lagi sehingga keadaan demikian dapat berimplikasi pada munculnya depresi dan *burnout*.

Burnout banyak ditemui pada orang-orang yang bekerja dalam bidang yang berkaitan langsung dengan banyak orang dan melakukan pelayanan kepada masyarakat umum, seperti guru, perawat, polisi, konselor, dokter dan pekerja sosial Adawiyah (2013). Selama proses pemberian pelayanan inilah pekerja mengalami situasi yang kompleks, seperti banyaknya jumlah orang yang harus dilayani,

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pekerjaan yang menuntut keterlibatan emosional, kesiapan jika dibutuhkan kapan saja, serta jam kerja yang melebihi waktu kerja biasanya. Situasi tersebut secara terus menerus dapat menguras sumber energi, sehingga dapat menyebabkan pekerja mengalami kelelahan.

Dalam profesi guru, salah satu gejala *burnout* yang muncul dijelaskan oleh Rahman (2016) bahwa guru yang menderita kelelahan emosional ditandai dengan penurunan energi, menunjukkan perasaan negatif terhadap siswa dan teman sejawat, dan menyalahkan orang lain atas prestasi kerja yang rendah. Ini disebabkan oleh adanya ketidakmampuan mereka untuk menghindari banyaknya pekerjaan (kelebihan beban kerja) dan waktu yang panjang. Tingginya kadar *burnout* guru juga telah dikaitkan dengan stres yang dialami dan tuntutan pekerjaan yang tinggi, serta kontrol yang rendah dalam karir kerja yang rendah, serta sering absen bekerja tanpa ada perbedaan status perkawinan dan lamanya bekerja.

Berbagai penelitian tentang *burnout* pada para pendidik, ternyata telah dilakukan diberbagai negara. Khusus di Indonesia, para peneliti mengkaji subjek guru di sekolah umum. Salah satunya seperti penelitian yang dilakukan oleh Adawiyah (2013) yang menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan kecenderungan *burnout* pada guru di SMAN 3 Bangkalan. Ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosi dan dukungan sosial yang baik dapat mendukung berkurangnya kecenderungan *burnout* pada guru. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Tamaela (2011) tentang konsekuensi konflik peran, kelebihan beban kerja dan motivasi *instrinsik*

Pada tanggal 8 April 2017, Peneliti juga telah melakukan wawancara kepada beberapa guru di salah satu SMP yang ada di kecamatan Rumbai, mengenai pengalaman dan perasaan mereka selama melaksanakan kegiatan mengajar di sekolah. Mereka menyatakan adanya keluhan yang mengarah pada indikasi *burnout*. Seperti dimensi kelelahan emosional yang ditandai dengan merasa kesal dengan menunjukkan respon mudah marah ketika berada di lingkungan sekolah. Guru juga merasa banyak beban dan banyak tugas yang harus segera diselesaikan. Kemudian tanda dari dimensi depersonalisasi, beberapa guru ketika dalam mengajar cenderung sulit untuk mengendalikan emosi terhadap siswa yang lalai dengan aturan sekolah. Dimensi depersonalisasi adalah perkembangan dari dimensi kelelahan emosional. Dimana guru sudah mulai menunjukan sikap yang sinis, sedih, putus asa terhadap siswanya. Kemudian terdapat tanda dari dimensi penurunan pencapaian prestasi, yang menunjukkan perasaan tidak puas terhadap pekerjaannya. Hal ini mengacu pada penilaian yang rendah terhadap kompetensi diri.

Burnout dikalangan guru seringkali dihubungkan dengan beban kerja yang meningkat. Menurut Schaufeli, Leiter & Maslach (2009) faktor yang mempengaruhi *burnout* diantaranya adalah beban kerja. Penelitian yang dilakukan oleh Zagladi (2004) yang menjustifikasikan bahwa beban kerja yang berlebihan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berpengaruh positif terhadap kelelahan emosional. Dhania (2010) menyimpulkan beban kerja adalah sejumlah kegiatan yang membutuhkan proses mental atau kemampuan yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu, baik dalam bentuk fisik maupun psikis.

Pada masing-masing tingkat pendidikan, guru memiliki tantangan beban pekerjaan yang berbeda-beda. Pada tingkat sekolah menengah pertama, guru berhadapan pada siswa dengan rentang usia antara 12-15 tahun (remaja awal). Pada usia ini, siswa mengalami banyak perubahan dalam berbagai aspek. Wendari, dkk (2016) menambahkan, Perkembangan emosi siswa pada usia remaja awal menunjukkan sifat yang sensitif dan rekreatif (kritis), emosinya sering bersifat negatif dan temperamental. Melalui interaksi sosial timbal balik dengan lingkungan yang kurang baik, mereka akan mudah tergoda untuk melakukan berbagai kenakalan. Sehingga itu menjadi tantangan bagi guru untuk menghadapi perilaku siswa tersebut agar tujuan pendidikan yang diharapkan dapat tercapai. Guru harus lebih kreatif, lebih matang berfikir maupun emosi. Karena untuk menyatukan berbagai macam karakter, pemikiran maupun perilaku bukanlah perkara yang mudah.

Selain dari pernyataan diatas, terdapat hal yang harus dipenuhi oleh seorang guru. Jika dilihat berdasarkan aturan yang ditetapkan oleh Kemendikbud No.4 Tahun 2015 terdapat banyak kegiatan guru yang harus dipenuhi. Kegiatan tersebut diantaranya melakukan administrasi sekolah, pembuatan program dan pembinaan sekolah, pembinaan ekstrakurikuler, dan melaksanakan piket.

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

Dari beberapa paparan diatas, tergambar bahwa Aktifitas fisik yang berlebihan serta tugas yang menumpuk merupakan sebuah masalah dalam pekerjaan. Namun pekerjaan tersebut akan menjadi suatu permasalahan atau tidak, tergantung bagaimana seseorang mempersepsikannya. Robbins (2007) mendefinisikan persepsi terhadap beban kerja merupakan hal yang erat hubungannya dengan suatu pekerjaan, dimana individu memberikan penilaian mengenai sejumlah tuntutan tugas atau kegiatan yang membutuhkan aktivitas fisik dan mental yang harus ia selesaikan dalam waktu tertentu. Dalam bekerja, setiap guru akan memberikan penilaian yang berbeda - beda terhadap pekerjaannya. Semua itu kembali lagi pada individu tersebut bagaimana ia berfikir atau merasakan suatu beban kerja yang ada.

Selain itu yang menjadi faktor munculnya *burnout* adalah dukungan sosial. Dukungan sosial adalah suatu bentuk dukungan yang berupa bantuan, baik secara langsung maupun tidak langsung yang diberikan kepada individu, dimana individu yang mendapatkannya merasa diperhatikan, dicintai dan dirasakan keberadaannya serta dapat memperkuat perasaan seseorang (Adawiyah, 2013)

Dukungan sosial tersebut dapat datang dari sumber-sumber yang berbeda, seperti dari pasangan atau orang yang dicintai, keluarga, teman, psikolog atau anggota organisasi. Dengan adanya dukungan sosial dari berbagai sumber, individu akan merasa yakin bahwa dirinya dicintai dan disayangi, dihargai, bernilai dan menjadi bagian dari jaringan sosial (Purba, Yulianto & Widyanti 2007).

Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dukungan sosial yang diterima dari teman sekerja akan mengurangi resiko *burnout*. Karena orang yang biasanya paling sering berinteraksi dengan guru di tempat kerja adalah rekan kerja. Kehadiran rekan kerja dapat memberikan bantuan langsung pada guru. Pendapat yang senada dikemukakan oleh Gibson 1989(dalam Andarika, 2004) yang mengatakan bahwa dukungan sosial dari teman sekerja menengahi hubungan antara *burnout* dengan keluhan kesehatan.

Menurut Sarafino (2002) Dukungan sosial tersebut berupa penilaian positif, dukungan informasi, dukungan emosi dan dukungan instrumental. Sehingga guru mendapatkan perhatian, kepedulian ketika guru merasa marah, kesal, atau jenuh ketika mengajar, membuat guru merasa dihargai ketika memberikan pendapat dalam rapat sekolah. Serta ketika seorang guru memiliki tugas yang menumpuk, dengan adanya rekan kerja yang membantu ataupun memberi *support*, hal tersebut dapat meredam beban yang sedang dirasakan. Sehingga dengan diperolehnya dukungan sosial, individu dapat lebih baik dalam menyelesaikan tekanan pekerjaan dan mengurangi potensi untuk mengalami *burnout*.

Dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, kepedulian, harga diri atau segala bentuk bantuan lainnya yang diterima dari orang lain atau kelompok. Oleh karena itu, adanya dukungan sosial membuat individu merasa yakin bahwa dirinya dicintai, dihargai sehingga dapat mengurangi gejala *burnout* yang dialaminya. Sebaliknya, tidak adanya dukungan sosial dapat menimbulkan ketegangan dan meningkatkan terjadinya *burnout* pada individu.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan latar belakang di atas, penting dilakukan identifikasi lebih lanjut mengenai *burnout*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan persepsi terhadap beban kerja dan dukungan sosial dari rekan kerja dengan *burnout* pada Guru.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Apakah ada Hubungan Persepsi Terhadap Beban Kerja dan Dukungan Sosial dari Rekan kerja dengan *Burnout* pada Guru? ”.

C. Tujuan penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Persepsi Terhadap Beban Kerja dan Dukungan Sosial dari Rekan kerja dengan *Burnout* pada Guru.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Memberi sumbangan terhadap perkembangan dan pendalaman studi ilmu psikologi industri dan organisasi, khususnya mengenai hubungan antara persepsi terhadap beban kerja dan dukungan sosial dengan *burnout*.

2. Manfaat praktis

Untuk menambah pengetahuan bagi guru dalam mengenal kondisi yang biasanya terjadi pada pekerja pelayanan terhadap manusia, khususnya guru. Selain itu dapat dijadikan bahan pertimbangan pada pihak kepala sekolah untuk menanggulangi tekanan kerja agar dapat mengantisipasi *burnout* pada guru.